*mobile PC support unit*【シフト】

okamura

# ノートパソコンを使っているとき――
# こんな姿勢に、なっていませんか？

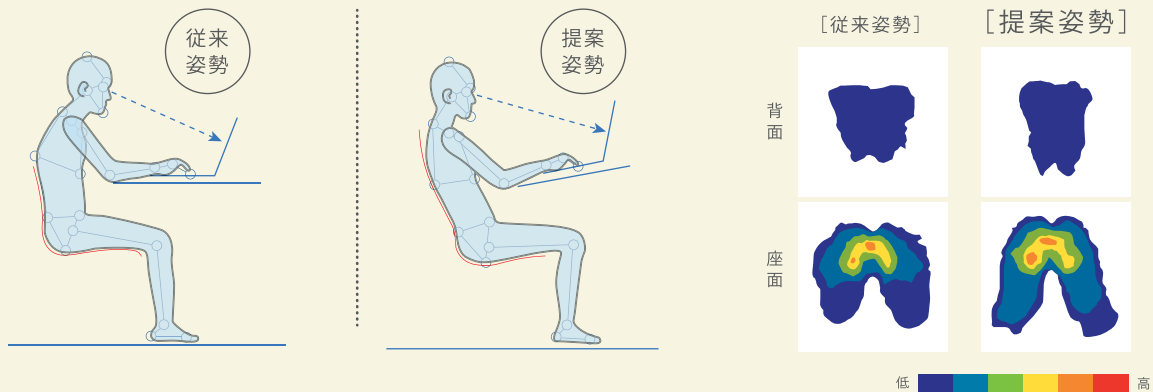
# 研究の結果、ノートパソコンの作業に最適な姿勢が明らかになりました。

日々のデスクワークのなかで感じる、カラダへの負担。原因は、無意識のうちに習慣化している座り方にあるかもしれません。近年、飛躍的に増えたノートパソコンやタブレット端末などを使った作業。そのときの姿勢を、慶應義塾大学理工学部 山崎信寿教授(現名誉教授)がさまざまな角度から研究した結果、カラダの負担を減らす理想的な姿勢が明らかになりました。

# 姿勢が変われば、カラダへの負担の大きさも変わります。

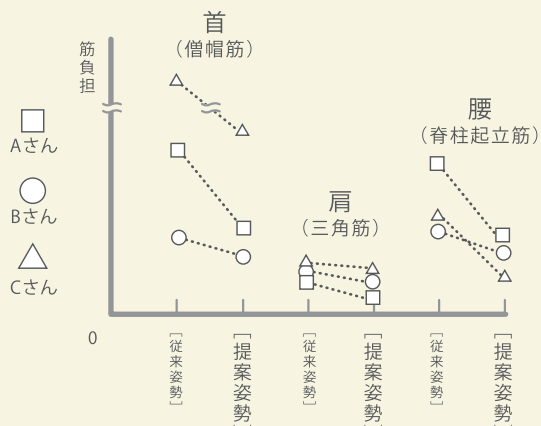
REPORT 01

## 体重が適度に分散した好ましい姿勢がとれます。

ノートパソコン使用時の姿勢（従来姿勢・提案姿勢）を比較。

「提案姿勢」では、胸から頭が立つことで、前のめり姿勢が解消されました。
画面も見やすく、キーボード操作もしやすくなりました。また、接触面積が背もたれで平均11%、
座面で平均8%増加し、姿勢が安定して座り直しがほとんどなくなりました。

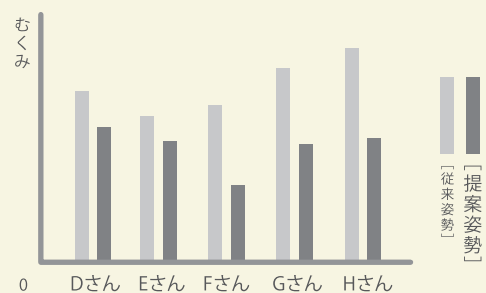
REPORT 02

## 首や肩、腰の筋負担が軽くなります。

首、肩、腰への筋負担を比較。

「従来姿勢」とくらべて、
首で25%、肩では9%、腰では26%
筋負担が減少しました。（平均値）

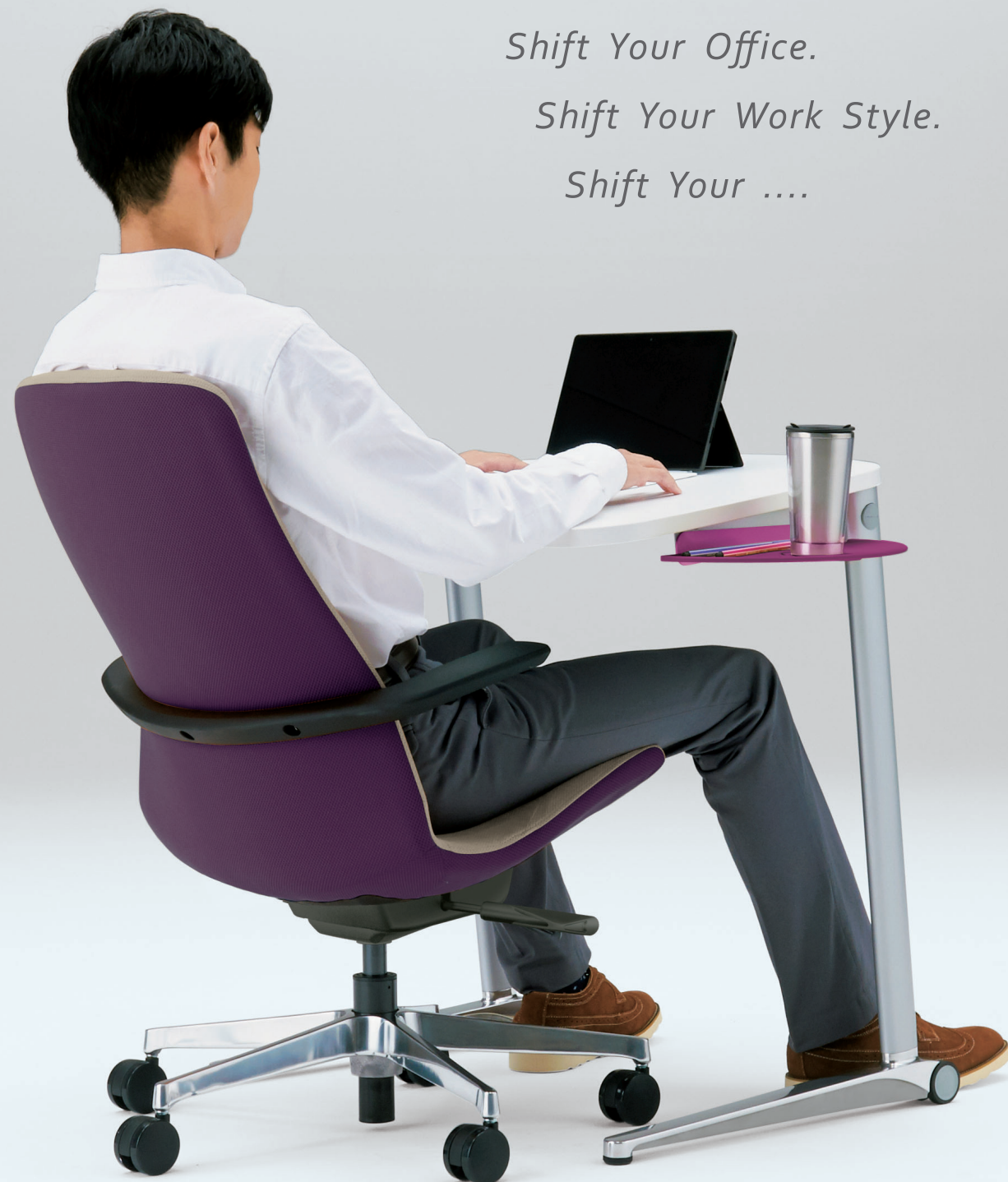
REPORT 03

## 足がむくみにくくなります。

膝裏圧迫による下肢のむくみを比較。

「従来姿勢」とくらべて、足のむくみが
40分後で35%減少しました。（平均値）


**監修**
慶應義塾大学名誉教授　山崎信寿


1976年慶應義塾大学工学博士、同年工学部機械工学科助手、1994年理工学部教授、
2013年慶應義塾大学名誉教授。身体特性の計測と解析およびそれらの結果を応用した
開発研究に従事。

*Shift Your Posture.*
*Shift Your Office.*
*Shift Your Work Style.*
*Shift Your ....*

作業姿勢の研究結果に基づき、姿勢を変え、オフィスシーンを変 え、ワークスタイルを変える。

【shift】［動］～を変える

POINT 1

## ノートパソコンの作業に適した うしろに傾いた背もたれと座面

背もたれと座面をうしろに約８°傾けることで、「前のめり」姿勢や「前滑り」姿勢を抑制します。さらに、研究結果から導かれた背もたれと座面の絶妙なカーブを実現することで、カラダにしっかりとフィットします。座った瞬間からあなたを好ましい姿勢へ導きます。

### 作業にあわせてポジション変更

ノートパソコン作業時には、背もたれを後ろに傾けて使用します。

筆記時には、座面左下のロックを使って背もたれを立てた状態で固定できます。

POINT 2

## ノートパソコンと目の高さを 合わせやすい低めの座面

デスクの低い位置にある画面に目の高さを合わせて作業しやすいように、座面の高さを設計。「低座・後傾」という姿勢をとることで、これまでの見下ろす姿勢で生じていた首への負担を軽減します。

### 体格にあわせて上下調整

座面高は390mm～ 482mmの範囲で調整が可能です。

### 立ち座りをサポートするアーム

座面の高さが通常より低いため、立ち座りをしやすいように、起立をサポートするアームを標準装備。

POINT 3

## 男女の体格差にも フィットする座面形状

足を閉じて座る女性のために、座面中央部の奥行きは狭くし、椅子に深く座れるようにしました。一方、足を広げて座る男性のために、座面の外側に行くほど奥行きを大きくし、さらに座面に傾斜をつけることで、低い座面でもフィット感が得られるようにしました。

POINT 4

## ノートパソコンの作業に 最適な傾斜天板

6°の傾斜で、キーボードが見やすくなり、水平に置いたときより、首と肩の負担が軽減されます。また、前端を緩やかにラウンドさせることで、カラダを天板に近づけつつ、肘や腕をしっかりサポートする形状になっています。

OPTION

### ドリンクも置けるポップなカラーのトレー

カラーも３色から選べます。

ライム　アクア　プラム

### 筆記作業もしやすい水平天板タイプ

天板の傾斜がないタイプもお選びいただけます。

### 足元への視線を遮る幕板タイプ

幕板付きのタイプもお選びいただけます。

Personal booth

チェアとテーブルのセットでパーソナルブースを形成。集中できる環境のもと、仕事もはかどります。

Bench table

シフトチェアは、ベンチテーブルなどのフリーアドレス環境にもぴったりです。

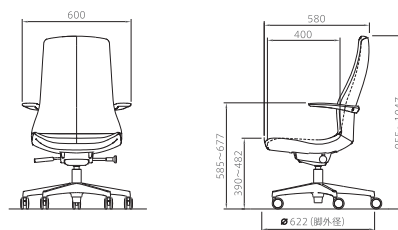
Private room

コンパクトなため、自宅での利用にも最適。ネットで検索をしたり、
メールを送ったり、プライベートでも快適です。

# ノートパソコンがあるところに、Shift chair & table

# Shift chair variation

単色カラー
L434NA-F0□□

ツートンカラー
L434NA-F□□A

## 特注対応

特注対応にて、ハンガー仕様にすることが可能です。ただし、取りはずしはできませんので、あらかじめご了承ください。

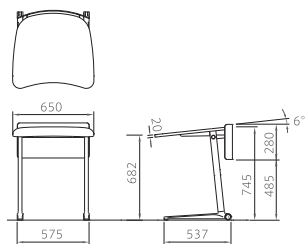
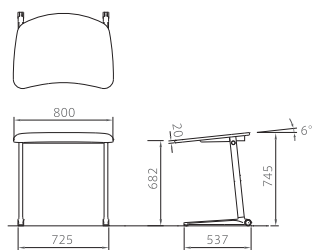
## 単色カラー

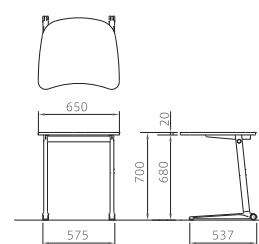
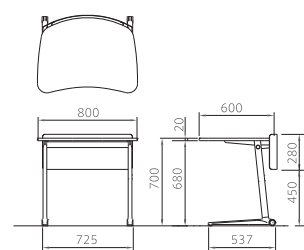
## ツートンカラー

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 背 表 | オーツ F026 | オーツ F026 | オーツ F026 | オーツ F026 | オーツ F026 | オーツ F026 |
| 背 裏 | F002 セージ | F005 ピーチ | F007 ハックルベリー | F015 グレープ | F010 パンプキン | F027 カモミール |
| セットコード | F02A | F05A | F07A | F15A | F10A | F27A |

# Shift table variation

傾斜天板

MS85EC - MG07

MS85EB - MK18

水平天板

MS85BA - MG07

MS85BD - MK18

| | ワイド幅(mm) | 脚カラー | 幕 板 | 製品コード |
|---|---|---|---|---|
| 傾斜天板 | 800 | ポリッシュ | な し | MS85EB - M□□□ |
| | | | あ り | MS85ED - M□□□ |
| | | ホワイト | な し | MS85FB - M□□□ |
| | | | あ り | MS85FD - M□□□ |
| | 650 | ポリッシュ | な し | MS85EA - M□□□ |
| | | | あ り | MS85EC - M□□□ |
| | | ホワイト | な し | MS85FA - M□□□ |
| | | | あ り | MS85FC - M□□□ |
| 水平天板 | 800 | ポリッシュ | な し | MS85AB - M□□□ |
| | | | あ り | MS85AD - M□□□ |
| | | ホワイト | な し | MS85BB - M□□□ |
| | | | あ り | MS85BD - M□□□ |
| | 650 | ポリッシュ | な し | MS85AA - M□□□ |
| | | | あ り | MS85AC - M□□□ |
| | | ホワイト | な し | MS85BA - M□□□ |
| | | | あ り | MS85BC - M□□□ |

## 天板カラー

MG07
ホワイト

MK17
ネオウッドライト

MK18
ネオウッドミディアム

MK19
ネオウッドダーク

## 脚カラー

ポリッシュ

ホワイト

## オプション

トレー MS85RR - ZC7□

ZC71
ライム

ZC72
アクア

ZC73
プラム

## ISO14001 登録

オカムラグループ
（（株）岡村製作所・（株）オカムラ物流　）　登録番号：JSAE 283
(株)関西岡村製作所　登録番号：JQA-EM 0459
(株)山陽オカムラ　登録番号：JQA-EM 1166
(株)オカムラサポートアンドサービス　登録番号：JSAE 679
サイアム・オカムラ・スチール　登録番号：04104 2006 5025 E5
(株)富士精工本社　登録番号：KHK 09ER･793
(株)エヌエス オカムラ　登録番号：JQA-EM 1618

## ISO 9001 登録

追浜事業所　登録番号：JSAQ 630
つくば事業所　登録番号：JQA 1999
高畠事業所　登録番号：JSAQ 1316
富士事業所　登録番号：JQA 2106
御殿場事業所　登録番号：JQA 2106
中井事業所　登録番号：JSAQ 860
(株)関西岡村製作所　登録番号：JQA 2484
(株)エヌエス オカムラ　登録番号：JQA-QM 4055
(株)山陽オカムラ　登録番号：JQA-QM 3753
(株)富士精工本社　登録番号：KHK 98QR･094

## カタログの記載について

○価格には消費税は含まれておりません。お買い上げの際には、消費税を別途承ります。
○価格は、メーカー希望小売価格です。配送費、施工費は含まれておりません。
○記載の寸法表示は、mm(ミリメートル)で表しています。
○諸般の事情により、価格･仕様･寸法･カラーなどを予告なく変更する場合があります。
○現品とカタログの掲載製品の色は、印刷のため多少相違がありますのでご了承ください。

○本カタログには、グリーン購入法適合製品が掲載されております。
このマークは、一般社団法人日本オフィス家具協会（JOIFA）が【国等による環境物品等の調達の推進等に関する法律（グリーン購入法）】の普及と識別を目的として制定した統一マークです。マークは、JOIFA会員企業の製品でグリーン購入法に適合していることを示し本マークで表記された製品の紹介文字等は緑色で示しております。なお、グリーン購入法適合製品のうち木質材を使用した製品に関しては、ご要望に応じて合法性等の証明書をご提示致します。

▮適合している製品は製品コードを緑色で表示。
**1234BC-FT□□**

▮非適合製品は製品コードに＊を付けて表示。
**1234BC-FT□□***

▮対象外製品は製品コードを黒色で表示。
**1234BC-FT□□**

○本カタログには、オカムラグリーンウェーブ製品が掲載されております。
自然環境の保護･リサイクル推進の観点から、オカムラが独自に環境保全に役立つ製品として推奨するものです。

または

○本カタログには、低ホルム材使用製品が掲載されております。
主要木材のホルムアルデヒド放散速度が、0.005mg／m²･h以下:平均値(F☆☆☆☆基準)の材料を使用している製品です。

## ⚠オカムラ製品のご使用にあたり

○厳しい品質検査を終えた製品をお届けしていますが、万一製品に不具合が生じた場合はご連絡ください。確実な対応をさせていただくとともに、今後の製品開発や再発防止に反映させていただきます。
○什器のご使用にあたっては、必ず取扱説明書をよくお読みの上、正しくお使いください。また、取扱説明書は大切に保管してください。
○お客様により安全にお使いいただくために、必要に応じて製品への警告ラベルを貼付しています。ご使用の前に内容をご理解の上、正しくお使いください。
○カタログ･説明書･ラベル等に表記してある最大積載質量を超える物を載せないでください。
○解体･施工に関する作業は、担当者までお申し付けください。
○不要になった製品などのお引き取りをご希望の場合は、適正な処理を行なう有料の廃棄物運搬業者と廃棄物処理業者をご紹介いたします。弊社販売窓口までご連絡ください。

## オフィス家具製品の安全性と保証期間

当社は一般社団法人日本オフィス家具協会（JOIFA）の「オフィス家具PL対応ガイドライン」に準拠した安全な製品をご提供しております。この製品の保証期間は、特別の定めある製品以外は、JOIFA顧客対応ガイドラインに基づき、通常の状態で使用された場合の3つの種類ごとに（お客様ご購入の日から）1年･2年･3年としております。今後とも当社はより一層製品の品質･安全に留意してまいります。当社製品をこれからもご愛用ください。

| | 不具合箇所･現象の例 | 保証期間 |
|---|---|---|
| 外観･表面仕上 | 塗装及び樹脂部分の変･褪色、レザー･クロスの磨耗 | 1年 |
| 機構部･可動部 | 引出し･スライド機構･扉の開閉･錠前･昇降機構の故障 | 2年 |
| 構造体 | 強度･構造体に係わる破損 | 3年 |

JOIFA 308　一般社団法人　日本オフィス家具協会　会員番号

## JOIFA標準使用期間について

消費生活用製品安全法が改正され特定の製品には「設計標準使用期間」の表示が義務づけられました。オフィス家具は対象ではありませんがJOIFAでは経年劣化による事故を防止し安全にお使いいただくため「JOIFA標準使用期間」を設定致しました。該当製品には構造部分の経年劣化が予測される年数をラベルで表示し注意喚起致しますのでご理解いただきますようお願い申し上げます。製品ごとに異なりますので詳しくはお問い合わせください。なお、品目別「JOIFA標準使用期間」は下表のとおりです。

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 机 | 10年 | 非回転椅子 | 8年 | 手動式移動棚 | 8年 |
| 机(可動部のあるもの) | 8年 | 固定椅子(脚が木製) | 5年 | 教室用家具一机 | 8年 |
| テーブル | 10年 | 折りたたみ椅子 | 5年 | 教室用家具一椅子 | 8年 |
| テーブル(可動部のあるもの) | 8年 | 収納家具(除･電装､木製) | 10年 | 金庫 | 20年 |
| 折りたたみテーブル | 8年 | 収納家具(引き出し付) | 8年 | ボード類(除･電子黒板) | 10年 |
| 回転椅子 | 8年 | 棚(固定式) | 10年 | ボード類(自立式) | 5年 |

※ 標準使用期間は耐用年数、保証期間ではありません。
※ 弊社では、棚･手動式移動棚･金庫及び学習椅子は適用外となっています。
　また、ガラステーブル･ローパーティションはJOIFAとしても対象となっておりません。


2013年 11月 発行


お問い合わせ･ご相談は、下記へ


よい品は結局おトクです
オカムラ
株式会社 岡村製作所

ホームページアドレス　http://www.okamura.co.jp/

お問い合わせ･ご相談はお客様サービスセンターへ
フリーダイヤル 0120-81-9060
受付時間 9:00～17:20（土･日･祝日を除く）



オフィス製品部　YOCC38-3N1 P.SG '13-11